

PROGRAMME DE SENSIBILISATION : URGENCE VITALE - LE MASSAGE CARDIAQUE

EGP Formations – *L'expertise du terrain au service de votre sécurité*

OBJECTIFS ET MODALITÉS

Chaque minute gagnée sans massage cardiaque, c'est 10% de chances de survie en moins. Cet atelier a pour but de lever la peur de "bien faire" et de transmettre les gestes techniques qui sauvent réellement des vies.

- **Durée** : 30 min
 - **Animation** : Experts de terrain (Sapeurs-Pompiers / Secouristes opérationnels)
 - **Matériel** : Mannequins de secourisme (adultes/enfants), Défibrillateurs Automatisés Externes (DAE) de formation.
-

CONTENU PÉDAGOGIQUE

1. Reconnaître l'Arrêt Cardiaque

- **Le diagnostic flash** : La victime ne répond pas et ne respire pas (ou présence de "gasps").
- **L'alerte immédiate** : Pourquoi demander de l'aide et un défibrillateur dès la première seconde.

2. La Technique du Massage Cardiaque

- **Positionnement des mains** : Trouver le centre de la poitrine.
- **Fréquence et profondeur** : Apprendre le bon rythme (100 à 120 compressions par minute) et l'importance de laisser le thorax remonter.
- **Relais** : Pourquoi et comment se relayer pour maintenir une efficacité maximale.

3. Le Défibrillateur (DAE) : Zéro risque

- **Simplicité d'utilisation** : Mise en marche et suivi des instructions vocales.
 - **Pose des électrodes** : Placement sur le torse nu de la victime.
 - **Sécurité** : Comprendre que l'appareil est autonome et ne délivre un choc que si c'est nécessaire.
-

DÉROULEMENT DE LA SESSION

1. **Démonstration "Réelle"** : Le formateur réalise une intervention complète en temps réel pour montrer la fluidité des gestes.
 2. **Pratique intensive** : Chaque collaborateur passe sur mannequin pour ressentir la résistance du thorax et s'exercer au rythme.
 3. **Mise en situation DAE** : Manipulation de l'appareil de formation pour désacraliser l'outil.
 4. **Questions / Réponses** : "Est-ce que je peux casser une côte ?", "Et si je me trompe ?" : nos experts répondent avec le pragmatisme du terrain.
-

POURQUOI PRÉSENTER CE PROJET AU CSE ?

- **Enjeu de Santé Publique** : Un savoir qui dépasse largement le cadre du travail et protège aussi les familles des salariés.
 - **Lutte contre l'appréhension** : La peur d'agir est le premier frein. Nos formateurs pompiers savent rassurer et donner confiance.
 - **Obligation de l'employeur** : Participe à l'organisation des secours et à la sécurité des locaux (présence de DAE en entreprise).
 - **Format mémorable** : Un atelier physique et sonore qui marque les esprits et crée une véritable culture de vigilance.
-

EGP Formations | Arcueil & Palaiseau | egpformations.fr *Certifié Qualiopi au titre de la catégorie d'action : Actions de formation*